



95



BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHDA JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING ROLI

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN SHAPING A HEALTHY LIFESTYLE

Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari

2025 yil 14-15 mart



**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY TA’LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

JISMONIY TARBIYA VA SPORT FAKULTETI

**SOG‘LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHDA
JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING ROLI**

**РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В
ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

**THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION AND
SPORTS IN SHAPING A HEALTHY LIFESTYLE**

**Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari
2025 yil 14-15 mart**

Buxoro - 2025

Anjuman Buxoro davlat universitetining 95 yilligiga bag‘ishlanadi

Anjumanning tashkiliy qo‘mitasi:

1.	O.X. Xamidov	-	Buxoro davlat universiteti rektori, i.f.d., professor - rais;
2	K.A.Samiyev	-	Buxoro davlat universiteti Ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo‘yicha prorektor, f-m.f.d.(DSc), professor - rais o‘rinbosari;
3.	O‘.U. Rashidov	-	Moliya-iqtisod ishlari bo‘yicha prorektor - a‘zo;
	R.G‘. Jumayev		Buxoro davlat universiteti o‘quv ishlari bo‘yicha prorektor, s.f.f.d.(PhD), dotsent - a‘zo;
4.	A.Sh. Inoyatov	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti dekani, p.f.f.d.(PhD), dotsent - a‘zo;
5.	A.E. Sattorov	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti Sport faoliyati kafedrasini mudiri, p.f.f.d.(PhD), professor- a‘zo;
6.	M.J. Abdullayev	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini mudiri, p.f.d.(DSc), professor- a‘zo;
7.	R.X. Kadirov	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, p.f.n. - a‘zo;
8.	R.S. Shukurov	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, p.f.f.d.(PhD) - a‘zo;
9.	R.R. Raxmonov	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, p.f.f.d.(PhD) - a‘zo;
10.	Q.P. Arslonov	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori - a‘zo;

2025 yil 14-15 mart kunlari “Sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda jismoniy tarbiya va sportning roli” mavzusida Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman o‘tkazildi. Mazkur ilmiy-amaliy anjuman Jahonda va O‘zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishning psixologik, pedagogik, ijtimoiy-iqtisodiy, ekologik, normativ-huquqiy va boshqaruv asoslari, sport sohasida iqtidorli yoshlarni saralab olish va maqsadli tayyorlash tizimini takomillashtirish masalalari, jismoniy tarbiya va sport sohasida raqamli texnologiyalarni qo‘llashning muammolar, yechimlar va istiqbollar, jismoniy tarbiya va sportni tibbiy-biologik ta‘minlashda innovatsion texnologiyalar, ta‘lim tizimida jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishning asosiy muammolari, istiqbollari, adaptiv jismoniy tarbiya va parasport sohasida innovatsion yondashuvlar, sport sohasida iqtidorli yoshlarni saralab olish va maqsadli tayyorlash tizimini takomillashtirish kabi muammolarga bag‘ishlangan xorijiy mamlakatlar hamda O‘zbekistonlik va olimlari, jismoniy madaniyat va sport sohasida faoliyat olib borayotgan mutaxassislar, trenerlar, jismoniy madaniyat va sport davlat boshqaruvi organlari rahbarlari va mutaxassislari, sport va jamoat tashkilotlari vakillari, oliy ta‘lim muassasalari professor-o‘qituvchilari, doktorantlari, aspirantlari, magistrantlari va talabalarining ilmiy maqolalari va tezislari, ilmiy va ilmiy-ommabop ishlari, izlanishlari anjuman materiallari sifatida mazkur to‘plamda o‘z aksini topgan.

Mazkur to‘plamga kiritilgan materiallarning mazmuni, undagi statistik ma‘lumotlar va me‘yoriy hujjatlar sanasining to‘g‘riligiga hamda tanqidiy fikr-mulohazalarga mualliflarning o‘zlari ma’suldirlar.

Konferensiya o‘tkazilishi O‘zbekiston Respublikasi Oliy ta‘lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2024-yil 27 dekabrda 490-sonli buyrug‘i bilan ma’qullangan.

Hurmatli ishtirokchilar va xalqaro anjuman mehmonlari!

Buxoro davlat universiteti nomidan va shaxsan o'z nomimdan sizlarni "Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda jismoniy tarbiya va sportning roli" mavzusidagi xalqaro anjumanning tantanali ochilish marosimida samimiy qutlash men uchun yuksak sharaftir.

Bugungi tadbir nafaqat universitetimiz va butun ilmiy va sport jamoatchiligi uchun muhim voqeadir. Buxoro davlat universitetidan turib dunyoning turli mamlakatlaridan yetakchi olimlar, ekspertlar, amaliyotchilar va jismoniy tarbiya va sport muxlislarini qutlashdan xursandmiz. Anjumanda ishtirok etishingiz muhokama qilinayotgan masalalarning muhimligini chuqur anglashingizdan va ushbu sohani rivojlantirishga umumiy qiziqishingizdan dalolat beradi.

O'zbekistondagi yetakchi ta'lim va ilm-fan markazlaridan biri bo'lgan Buxoro davlat universiteti doimo millat salomatligi va farovonligi masalalariga ustuvor ahamiyat berib kelgan va bundan keyin ham shunday bo'lib qoladi. Biz millat salomatligi har qanday davlatning ravnaqi va barqaror rivojlanishining poydevori ekanligiga chuqur ishonch bildiramiz. Shuning uchun ham universitetimiz "Sog'lom inson – sog'lom jamiyat" g'oyasini faol qo'llab-quvvatlaydi va targ'ib qiladi, bu g'oya davlat, jamiyat va har bir fuqaroning sog'lom va to'laqonli hayotga intilishidagi sa'y-harakatlarini birlashtiruvchi umummilliy platformaga aylandi.

Buxoro davlat universitetining ushbu ezgu g'oyaning faol tarafdori ekanligi bejiz emas. Universitetimiz sog'lom turmush tarzini ommalashtirish, ommaviy sportni rivojlantirish, talabalar va xodimlar salomatligini mustahkamlashga qaratilgan ko'plab tashabbuslar va loyihalarni amalga oshirmoqda. Biz o'z missiyasini nafaqat yuqori malakali mutaxassislarni tayyorlashga, balki mamlakatimiz kelajagiga munosib hissa qo'sha oladigan sog'lom, jismonan va ma'nan rivojlangan avlodni shakllantirishda ham ko'ramiz.

Bugungi xalqaro anjumanda ushbu yuksak maqsadni amalga oshirish yo'lidagi yana bir muhim va mantiqiy qadamdir. Biz bu yerda ochiq va konstruktiv muhokama doirasida zamonaviy jamiyatda jismoniy tarbiya va sportning asosiy rolini muhokama qilish, sog'lom turmush tarzini shakllantirishga ko'p qirrali ta'sirini ko'rib chiqish, ilg'or xorijiy tajriba va eng yaxshi amaliyotlar bilan almashish, shuningdek, ushbu strategik muhim sohada kelgusidagi xalqaro hamkorliklarning istiqbolli yo'llarini belgilash uchun yig'ildik.

Anjuman dasturi jismoniy tarbiya va sport muammolarining ko'p qirraliligi va murakkabligini aks ettiruvchi dolzarb ilmiy yo'nalishlarning keng doirasini qamrab oladi: Jumladan psixologik, pedagogik, ijtimoiy-iqtisodiy, boshqaruv va huquqiy jihatlar, sport zahirasini tayyorlash tizimini takomillashtirish, mashg'ulot jarayoni va tibbiy-biologik ta'minotda raqamli innovatsion texnologiyalarni qo'llash, ta'lim tizimida jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish, shuningdek, adaptiv jismoniy tarbiya va parasportda innovatsion yondashuvlardir. Anjumanda yuqoridagi yo'nalishlarni har tomonlama muhokama qilib, tajriba almashish va sohani yanada rivojlantirish istiqbollari belgilash uchun maydon bo'lib xizmat qilishga chaqirilgan.

Hurmatli hamkasblar, anjuman ishtirokchilari jismoniy tarbiya va sport sohasidagi dolzarb muammolarni ochiq va konstruktiv muhokama qilish, yangi sheriklik aloqalarini o'rnatish va sohani yanada rivojlantirishga kuchli yangi turtki berish uchun muhim va samarali maydon bo'lishiga ishonch bildiraman.

Barcha ishtirokchilar va mehmonlarga, shuningdek, ushbu muhim xalqaro forumga tayyorgarlik ko'rish va uni o'tkazish bo'yicha katta ishlarni amalga oshirgan tashkiliy qo'mitaga o'z minnatdorchiligimni bildirishga ijozat bering.

Anjuman ishi muvaffaqiyatli, samarali bo'lishiga va xalqlarimiz salomatligi va farovonligini mustahkamlashga munosib hissa qo'shishiga chin dildan umid qilaman.

"Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda jismoniy tarbiya va sportning roli" mavzusidagi Xalqaro anjumanni katta mamnuniyat bilan ochiq deb e'lon qilishga ruxsat eting!

**Buxoro davlat universiteti rektori,
Iqtisod fanlari doktori, professor
Xamidov Obidjon Xafizovich.**

Уважаемые участники и гости международной конференции!

От имени Бухарского государственного университета и от себя лично я рад приветствовать вас на торжественной церемонии открытия международной конференции "Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни".

Сегодняшнее мероприятие является значимым событием не только для нашего университета, но и для всего научного и спортивного сообщества. Мы рады приветствовать ведущих ученых, экспертов, практиков и любителей физической культуры и спорта из разных стран мира, собравшихся здесь, в Бухарском государственном университете, а также участников, присоединившихся к нам в онлайн-режиме. Ваше участие свидетельствует о глубоком понимании важности обсуждаемых вопросов и общем интересе к развитию этой сферы.

Бухарский государственный университет, являясь одним из ведущих центров образования и науки в Узбекистане, всегда уделял и продолжает уделять приоритетное внимание вопросам здоровья и благополучия нации. Мы глубоко убеждены, что здоровье нации – это фундамент процветания и устойчивого развития любого государства. Именно поэтому наш университет активно поддерживает и продвигает идею "Здоровый человек – здоровое общество", которая стала общенациональной платформой для консолидации усилий государства, общества и каждого гражданина в стремлении к здоровой и полноценной жизни.

Не случайно, что Бухарский государственный университет является активным сторонником этой благородной идеи. Наш университет реализует множество инициатив и проектов, направленных на популяризацию здорового образа жизни, развитие массового спорта и укрепление здоровья студентов и сотрудников. Мы видим свою миссию не только в подготовке высококвалифицированных специалистов, но и в формировании здорового, физически и духовно развитого поколения, способного внести достойный вклад в будущее нашей страны.

Сегодняшняя международная конференция – это еще один важный и логичный шаг на пути к реализации этой высокой цели. Здесь, в рамках открытой и конструктивной дискуссии, мы обсудим ключевую роль физической культуры и спорта в современном обществе, рассмотрим их многогранное влияние на формирование здорового образа жизни, обменяемся передовым зарубежным опытом и лучшими практиками, а также определим перспективные пути дальнейшего международного сотрудничества в этой стратегически важной области.

Программа конференции охватывает широкий спектр актуальных научных направлений, отражающих многогранность и сложность проблем физической культуры и спорта: психологические, педагогические, социально-экономические, управленческие и правовые аспекты, совершенствование системы подготовки спортивного резерва, применение цифровых инновационных технологий в тренировочном процессе и медико-биологическом обеспечении, развитие физической культуры и спорта в системе образования, а также инновационные подходы в адаптивной физической культуре и параспорте. Конференция призвана стать площадкой для всестороннего обсуждения этих направлений, обмена опытом и определения перспектив дальнейшего развития отрасли.

Уважаемые коллеги, участники конференции, я уверен, что конференция станет важной и плодотворной площадкой для открытого и конструктивного обсуждения актуальных проблем физической культуры и спорта, установления новых партнерских связей и придания мощного нового импульса дальнейшему развитию отрасли.

Позвольте мне выразить благодарность всем участникам и гостям, а также организационному комитету, проделавшему большую работу по подготовке и проведению этого важного международного форума.

Я искренне надеюсь, что конференция пройдет успешно, плодотворно и внесет достойный вклад в укрепление здоровья и благополучия наших народов.

С большим удовольствием разрешите объявить международную конференцию "Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни" открытой!

**Ректор Бухарского государственного университета,
Доктор экономических наук, профессор
Хамидов Абиджан Хафизович.**

6-SHO‘BA

**ADAPTIV JISMONIY TARBIYA VA PARASPORT SOHASIDA
INNOVATSION YONDASHUVLAR**

**ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ В ОБЛАСТИ
АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ПАРАСПОРТА**

**INNOVATIVE APPROACHES IN THE FIELD OF ADAPTIVE
PHYSICAL CULTURE AND PARA-SPORTS**



- 4.G'ofurov M., Usmonov R. "Sport tarixi va nazariyasi" – Toshkent: Sharq, 2020.
- 5.Karimov I.A. "O'zbekiston kelajagi – yosh avlod qo'lida" – Toshkent: O'zbekiston, 1997.
- 6.Vahobov S., Xudoyberganov M. "Paralimpiya sport turlari" – Toshkent: O'zbekistan Milliy Olimpiya Qo'mitasi nashriyoti, 2018.
- 7.Xolbo'tayev A. "Jismoniy tarbiya va sport nazariyasi" – Toshkent: Fan, 2015.
- 8.Xalqaro Paralimpiya qo'mitasi rasmiy sayti: www.paralympic.org
- O'zbekiston Paralimpiya qo'mitasi rasmiy sayti: www.paralympic.uz
- 9.Jahon sport statistikasi to'plami. "Paralimpiya o'yinlari statistikasi" – London: IOC Publications, 2021.
- 10.Хасанов, И. Т. (2022). "Имкониёти чекланганларга имкон берайликжамиятда фаол шахсларнинг сони кўпайсин". *Academic research in educational sciences*, 3(6), 785-790.
- 11.Tuychievich, H. I. . (2022). Paralympic Sports Competitions - A Field of Courage and Courage!. *International Journal of Culture and Modernity*, 17, 474-477. Retrieved from <https://ijcm.academicjournal.io/index.php/ijcm/article/view/371>
- 12.Hasanov I.T. (2022) ORGANIZATIONAL BASIS OF PHYSICAL EDUCATION OF CHILDREN IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS *Pindus Journal of Culture, Literature, and ELT* 2(6) 181-182. <https://literature.academicjournal.io/index.php/literature/article/view/434>

TAYANCH HARAKAT TIZIMIDA SKOLIOZ TASHXISI QO'YILGAN TALABALAR UCHUN JISMONIY TARBIYANING SAMARALI METODLARINI QO'LLASH

Nurullayev Abdurashid Ro'zimboyevich

Buxoro davlat universiteti "Sport nazariyasi va metodikasi" kafedrası dotsenti

Annotatsiya: *tayanch harakat tizimida skolioz tashxisi qo'yilgan talabalar uchun jismoniy tarbiyaning samarali metodlarini qo'llash maxsus mashqlarda tananing jismoniy va funksional salohiyatini o'rgatish, jismoniy ko'rsatkichlarni oshirishga qaratilgan umumiy rivojlanish mashqlari va asosiy kasallikni tuzatishga yordam beradigan maxsus mashqlar – muskullarning holatini tiklash to'g'risida fikr yuritilgan.*

Kalit so'zlar: *harakat, mashq, jismoniy, funksional, metod, skolioz, chidamlilik.*

Jismoniy mashqlar umurtqa pog'onasi va qorin muskul sohasini mustahkamlash, ularning kuchga chidamliligini o'rgatish, faoliyatini barqarorlashtirish va tuzatish uchun asosdir. Sog'lomlashtirish mashg'ulotlari jarayonida to'g'ri qad-qomat shakllanadi, tana qismlarining buzilgan o'zaro holatini tuzatish uchun muskul holatini yaxshilash, qon aylanish tizimining funksional salohiyati oshadi va to'g'ri nafas olish tizimi rivojlanadi.

Agar jismoniy faollik kasallikning o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda, jalb qilingan tananing individual imkoniyatlariga muvofiq tanlangan bo'lsa, jismoniy mashqlar har doim to'g'ri ta'sir ko'rsatadi. Amaliyot jarayonida guvohi bo'lganmanki to'g'ri tanlangan jismoniy mashqlarning ijobiy ta'siri yangi shartli refleksli aloqalarni yaratishdir, ular yuqori asabiy faoliyatning yuqori darajadagi moslashuvchanligi, yoshligida tiklanish jarayonlarining yuqori faolligi tufayli tezda shakllanadi. Jismoniy mashqlar ta'siri ostida hissiy ko'rinish yaxshilanadi, buning natijasida shartli reflekslarning rivojlanishi tezlashadi. Tayanch-harakat tizimining kasalligi, xususan skolioz bilan og'rigan talabalar bilan mashg'ulotlar dasturini tuzishda ma'lum qoidalarga rioya qilish kerak. Avvalo, talabalar mashg'ulotlar uchun qiziqishni shakllantirishlari, jismoniy harakatning qiziqarli shakllarini taklif qilishlari, mashg'ulotlarning yuqori hissiy ko'rinishini yaratishlari, mashg'ulot hajmini asta-sekin oshirishlari, sog'lomlashtirish mashg'ulotlarining yangi dasturlarini taklif qilishlari kerak.

Tayanch-harakat tizimining kasalliklari bo'lgan odamlarda mashg'ulotlarning asosiy shakli terapevtik gimnastikadir. Maxsus mashqlarda tananing jismoniy va funksional salohiyatini o'rgatish, jismoniy ko'rsatkichlarni oshirishga qaratilgan umumiy rivojlanish mashqlari va asosiy kasallikni tuzatishga yordam beradigan maxsus mashqlar – muskullarning holatini tiklash. Sog'lomlashtiruvchi gimnastikadan tashqari, tayanch-harakat tizimida nuqsoni bo'lgan shaxslar bilan mashg'ulotlarni tashkil qilishda hozirgi vaqtda jismoniy tarbiyaning ko'plab sog'lomlashtirish turlari qo'llaniladi. Ko'pincha suzish mashg'ulotlari skoliozli odamlarda mashg'ulotlarni tashkil qilishda asosiy vosita sifatida qo'llaniladi.

Ushbu turdagi mashqlardan umurtqa pog'onasi holatiga ijobiy ta'sir quruqlikda ham, suvda ham mashg'ulot paytida qayd etiladi. Ushbu mavzu bo'yicha taniqli adabiyotlarda suvda mashq

qilishning eng samarali vositasi chalqancha usulida suzishni o'rgatish uchun ishlatiladigan mashqlar ekanligi ko'rsatilgan. Ushbu yetakchi mashqlar barcha muskul guruhlariga notekis tarzda ta'sir qiladi, tananing chidamliligini rivojlantiradi va muskullarni cho'zadi. Bundan tashqari, suvdagi mashg'ulotlar nafas olish tizimining holatini yaxshilaydi, chunki tana muskullarining notekis ishlashi bilan suvda suzish jarayonida skoliozda yuzaga keladigan o'pka deformatsiyasini kamaytirishga yordam beradi va umuman qoy aylanish tizimining funktsional imkoniyatlarini oshiradi. Suv muhitida mashq qilishda nafaqat butun organizmning funktsional salohiyati, balki tayanch-harakat tizimining bo'g'imlarining amplituda xususiyatlari ham oshadi.

Bundan tashqari, mashqlar yig'indisiga nafas olish mashqlarini kiritish tavsiya etiladi. Nafas olish mashqlarini ochiq havoda va suvda bajarish mumkin, nafas olish va nafas olish ritmiga e'tibor qaratish, nafas olish turlarini o'zgartirish - ko'krak, qorin, aralash.

Oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya bo'yicha sog'lomlashtirish mashg'ulotlarida tayanch-harakat tizimining buzilishi bo'lgan talabalar bilan sog'lomlashtirish mashg'ulotlarining zamonaviy turlari tobora ko'payib bormoqda. Xulosa o'rinda ushbu komplekslar mashqlar bel va qorin bo'shlig'i mushaklarining kuch xususiyatlariga sezilarli ijobiy ta'sir ko'rsatadi, moslashuvchanlik va qo'shma harakatchanlikni rivojlantirish uchun juda samarali. Tananing jismoniy tarkibiy qismiga ijobiy ta'sir bilan bir qatorda, ushbu turdagi sog'lomlashtirish mashg'ulotlari tananing psixo-emotsional holatiga sezilarli ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Salomov R.S., Mirjamolov M.X. Jismoniy imkoniyati cheklangan o'quvchilarning sport mashg'ulotlariga moslashishi.- T.: 2014
2. Аксенова, О.Е.Содержание организации адаптивной физической культуры в профессиональной подготовке студентов высшего учебного заведения: Учебно-методическое пособие / О.Е.Аксенова.- СПб.: Изд-во ГАФК им. П.Ф.Лесгафта,
3. 2003. Adaptiv jismoniy tarbiya va sport : o'quv qo'llanma / M.X.Mirjamolov. - Toshkent: 2020

ADAPTIV JISMONIY TARBIYA VA SPORT MASHG'ULOTLARINING TASHKILIY – USLUBIY XUSUSIYATLARI

Shukurov Rahim Salimovich

Buxoro davlat universiteti professori p.f.f.d (PhD), O'zbekiston, Buxoro sh.

rshukurov0117@gmail.com

Baxshullayeva Maloxat Baxtiyor qizi

Buxoro Davlat Universiteti magistri, O'zbekiston, Buxoro sh.

maloxatbaxshullaeva@gmail.com

Annotatsiya: Maqolada, jismoniy imkoniyati cheklangan va nogironligi bo'lgan boshlang'ich sinflarda adaptiv jismoniy tarbiya va sport va sog'lomlashtirish mashg'ulotlarining tashkiliy-uslubiy xususiyatlari, ko'rishda nuqsoni borlar bilan moslashuvchan jismoniy tarbiyani tashkil etish shakllari, usullari hamda vositalari boyon etilgan.

Kalit so'zlar: delegatsiya, adaptiv, funktsional, texnologiya, profilaktika, terapevtik, vizual, analizator, ob'ekt, nozologik, shakl, reabilitatsiya, oftalmologiya, fazilat, kognitiv, taqlid, fazoviy, kompensatsiya, moslashuv.

Аннотация: В статье описаны организационно-методические особенности адаптивного физического воспитания и спортивной подготовки учащихся начальных классов с ограниченными физическими возможностями и инвалидностью, особенно формы, методы и средства организации адаптивного физического воспитания для обучающихся с нарушением зрения.

Ключевые слова: делегирование, адаптивный, функциональный, технология, профилактика, терапевтический, зрительный, анализатор, объект, нозологический, форма, реабилитация, офтальмология, качество, познавательный, имитация, пространственный, компенсация, адаптация.

Annotation: The article describes the organizational and methodological features of adaptive physical education and sports training for elementary school students with limited physical abilities and disabilities, especially the forms, methods and means of organizing adaptive physical education with visually impaired students.

Key words: delegation, adaptive, functional, technology, prophylaxis, therapeutic, visual, analyzer, object, nosological, form, rehabilitation, ophthalmology, quality, cognitive, imitation, spatial, compensation, adaptation.

Kirish. Butun jahon hamjamiyatida ijtimoiy dunyoqarashning o'zgarishi natijasida inson omili ustuvor ahamiyat kasb etayotgan bir sharoitda imkoniyati cheklangan va nogironligi bo'lgan shaxslarga bo'lgan munosabat tubdan o'zgarib bormoqda.

Nurullayev Abdurashid Roʻzimboyevich. TURLI DARAJADAGI SKOLIOZI BOR TALABALARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	344
Amandavlatov Toshmamat Menglimurodoʻgʻli. PARALIMPIYA SPORT MUSOBAQALARI TARIXIDA OʻZBEKISTONLIK IMKONIYATI CHEKLANGAN SPORTCHILARNING ERISHGAN YUTUQLARI.....	345
Nurullayev Abdurashid Roʻzimboyevich. TAYANCH HARAkat TIZIMIDA SKOLIOZ TASHXISI QOʻYILGAN TALABALAR UCHUN JISMONIY TARBIYANING SAMARALI METODLARINI QOʻLLASH	350
Shukurov Rahim Salimovich, Baxshullayeva Maloxat Baxtiyor qizi. ADAPTIV JISMONIY TARBIYA VA SPORT MASHGʻULOTLARINING TASHKILIY – USLUBIY XUSUSIYATLARI	351
Baxshullayeva Maloxat Baxtiyor qizi. IMKONIYATI CHEKLANGAN SPORTCHILARDA PSIXOLOGIK TAYYORGARLIKNI TAKOMILLASHTIRISH.....	357
Baymuradov Radjab Sayfitdinovich. MILLIY HARAkatLI OʻYINLARINI OʻQUVCHI YOSHLAR FAOLIYATIGA SINGDIRISH YOʻLLARI.....	359
Мансуров Шерзод Шухратович. СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ДЛЯ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ.....	363